

УДК 159.9.072

К. А. Керимова

Казахский национальный университет  
имени аль-Фараби,  
г. Алматы, Казахстан

K. A. Kerimova

Kazakh national university  
named after al-Farabi,  
Almaty, Kazakhstan

## **АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ И СЕКСУАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН**

---

В статье анализируются результаты исследования среди молодых женщин г. Алматы; оценивается влияние психологического благополучия на сексуальное здоровье женщин в возрасте от 20 до 30 лет; определяются основные мишени превентологического воздействия на параметры психологического благополучия, способствующие дальнейшему улучшению и сохранению сексуального здоровья молодых женщин.

Ключевые слова: психологическое благополучие, сексуальное здоровье, сексуальность, самопринятие, сексуальная застенчивость, фемининность

## **ANALYSIS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND FEMALE SEXUAL HEALTH**

---

The article analyses the results of research survey among young women in Almaty, assesses the impact of psychological well-being on the sexual health of women between the ages of 20 and 30, identification of the main targets of the preventative influence on the parameters of psychological well-being parameters that further improve and maintain the sexual health of young women.

Keywords: psychological well-being, sexual health, sexuality, self-acceptance, sexual shyness, femininity

**Широкий интерес к изучению женской сексуальности возник по ряду причин. Начало сексуальной революции на территории постсоветского пространства в 1990-е гг. представляет собой процесс и ре-**

зультат коренных изменений в сексуальной жизни общества, характеризующийся преобразованием сексуальных ценностей, ориентаций и норм [1, с. 34].

Сексуальная революция повлияла на осознание женщинами новых граней своей сексуальности и формирование новых моделей психо-сексуальных особенностей и поведения. Эти изменения на территории бывших советских республик начались на 30 лет позже, чем в развитых странах, поэтому можно с уверенностью сказать, что процесс еще не завершен, но формирование новой сексуальной культуры началось [2, с. 20].

Исследование феномена психологического благополучия является одной из ключевых тем в современной психологической науке. Согласно концепциям отечественных и зарубежных исследователей психологическое благополучие неразрывно связано с такими явлениями, как удовлетворенность жизнью; переживание негативных чувств; вовлеченность в деятельность, приносящую положительные эмоции и способствующую обретению жизненного смысла; позитивные отношения с другими людьми; психическое и физическое здоровье; самосознание личности; сила характера и др. [3, с. 12].

Междисциплинарный подход позволяет нам взглянуть на эволюцию психики и сексуальности. Частичная транссексуализация полов (молекулярно-клеточные женские признаки могут формироваться в мозге мужских особей, и наоборот) основательно изменила поведение, психику и сексуальность обоих полов, но наибольшее влияние оказала на женщин. Явление маскулинизации женского пола по типу мужской сексуальности главным образом проявилось в способности к доминантности. Таким образом, новая (парамаскулиная) сексуальность предоставила женщинам возможность привнести в воспроизводство и заботу о потомстве (передачу и сохранение генов) большую часть мужской популяции, что ускорило эволюцию и позволило повысить сохранность потомства [4, с. 121].

Сексологи Д.Л. Буртынский, В.В. Кришталь, Г.В. Смирнов поддерживают концепцию Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) о «сексуальном здоровье» и считают вполне целесообразным и понятным введение этого термина. В соответствии с их определением, сексуальное здоровье представляет собой интегральный комплекс взаимодействующих компонентов сексуальности (физиологического, социального, психологического, социально-психологического, сексу-

ально-поведенческого характера), обеспечивающий возможность оптимальной сексуальной адаптации и достижения сексуальной гармонии в соответствии с нормами социальной и личной морали [5, с. 4].

Сексуальное здоровье в рамках этого широкого определения объединяет физические, эмоциональные интеллектуальные и социальные аспекты здоровья. Также оно выходит за рамки этих сфер и требует личного осознания, принятия себя, позитивной самоидентификации и сексуальной интеграции. Сексуальное благополучие может быть источником удовольствия и комфорта, способом выражения привязанности и любви и средством создания семьи [6, с. 20].

Превентология, как область знаний о наиболее благоприятных методах и способах поддержания и укрепления физического и психологического здоровья [7, с. 16], а также о профилактике возможных заболеваний и расстройств, выходит на одно из ведущих мест в рассмотрении вопроса психологического благополучия и сексуального здоровья молодых женщин.

Большой интерес представляет исследование феноменов сексуального здоровья женщин с точки зрения психологического благополучия. Сексуальное здоровье женщины напрямую связано с успешностью осуществления репродуктивной функции, семейным благополучием, оказывающим особое влияние на формирование личности и социальные процессы.

Исходя из приведенных выше факторов, мы провели исследование, целью которого было изучение особенностей психологического благополучия и его взаимосвязи с сексуальным здоровьем женщин. В нашем исследовании приняли участие 30 женщин в возрасте от 20 до 30 лет, проживающие в г. Алматы. Испытуемые были разделены на две группы. В экспериментальную группу вошли 15 женщин, имеющие низкие показатели уровня психологического благополучия (далее группа А). Контрольную группу составили 15 женщин с близкими к норме и выше нормы показателями психологического благополучия (далее группа В).

Нами была сформулирована следующая гипотеза: существует взаимосвязь между показателями сексуального здоровья и психологического благополучия женщин. Нормальность распределения данных была подтверждена расчетом статистического анализа с использованием программы SPSS 23.0. В нашем эмпирическом исследовании были использованы следующие методики:

- 1) опросник «Шкала психологического благополучия К. Риффа» в модификации Т. Д. Шевеленковой и П. П. Фесенко;
- 2) опросник «Установки к сексу Айзенка».

Был проведен корреляционный анализ, статистически значимые результаты которого представлены в таблице 1.

*Таблица 1*

**Значимые корреляционные связи между показателями сексуального здоровья и психологического благополучия**

Коррелируемые шкалы (г)	Самопринятие	Баланс аффекта
Маскулинность — фемининность	0,579*	—
Физический секс	0,526*	—
Сексуальная возбудимость	0,635*	—
Сексуальная застенчивость	—	0,665**
Сексуальная удовлетворенность	—	—0,609*

*Примечание.* Уровни значимости: \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ , г — коэффициент корреляции

Исходя из результатов корреляционного анализа между параметрами психологического благополучия и сексуального здоровья, мы выявили статистически значимые связи между следующими шкалами:

- 1) шкалы *маскулинность — фемининность* и *самопринятие*, где  $r = 0,579$ , уровень значимости  $p < 0,05$ . Таким образом, мы можем сказать, что самопринятие, выступающее как индикатор высокого уровня позитивного отношения к себе, осознания и принятия различных сторон личности, включая хорошие и плохие качества и положительную оценку своего прошлого, положительно влияет на уровень маскулинности — фемининности, рассматриваемой, в данном случае, как модель поведения и совокупность психических качеств женского гендера (женственность). Другими словами, женщины с высоким уровнем самопринятия чаще проявляют свою женственность;
- 2) шкалы *физический секс* и *самопринятие*, где  $r = 0,526$  при уровне значимости  $p < 0,05$ . Мы видим, что высокий уровень самопринятия имеет связь с ориентировкой на физический секс, в данном случае рассматриваемый как активное стремление к реальному половому контакту;

- 3) шкалы *сексуальная возбудимость* и *самопринятие*, где  $r = 0,635$  при уровне значимости  $p < 0,05$ . Здесь мы можем сказать, что высокий уровень самопринятия положительно влияет на повышение уровня сексуальной возбудимости, в данном случае рассматриваемой как сексуальная чувствительность женщин;
- 4) шкалы *сексуальная застенчивость* и *баланс аффекта*, где  $r = 0,665$  при уровне значимости  $p < 0,01$ . Мы видим, что высокий уровень сексуальной застенчивости имеет положительную связь с балансом аффекта. Таким образом, уровень негативной самооценки и недовольство обстоятельствами собственной жизни (баланс аффекта) повышают уровень сексуальной застенчивости, которая включает в себя страх перед сексуальными отношениями;
- 5) шкалы *сексуальная удовлетворенность* и *баланс аффекта*, где  $r = -0,609$  при уровне значимости  $p < 0,01$ . Мы выявили отрицательную корреляцию в этом же массиве данных между сексуальной удовлетворенностью и балансом аффекта. Это можно интерпретировать так: высокий уровень негативной самооценки, недовольство обстоятельствами собственной жизни снижают уровень сексуальной удовлетворенности.

Определенные аспекты психологического благополучия (самопринятие и баланс аффекта) связаны с проявлением таких параметров сексуального здоровья, как сексуальная возбудимость, маскулинность — фемининность, желание или нежелание вступать в сексуальные отношения. По итогам проведенного исследования мы можем сделать вывод, что сформулированная нами гипотеза нашла свое подтверждение в рамках проведенного корреляционного анализа. Согласно полученным данным существуют статистически значимые корреляционные связи между уровнем самопринятия, балансом аффекта и уровнем сексуального возбуждения, сексуального удовлетворения, желанием или нежеланием вступать в сексуальные отношения.

### *Литература*

1. Чеботарева И. И. Особенности сексуального воспитания подрастающего поколения в современных условиях: социологический анализ : дис. [канд. соц. наук]. Екатеринбург, 2004. 142 с.
2. Полеев А. М. Как стать оргазмичной женщиной? Практическое руководство от современной сексологической науки. М. : Литерс, 2018. 136 с.

3. Гришина Н. В. От психологического благополучия к душевному здоровью: экзистенциально-психологический подход // Концепт душевного здоровья в человекознании / под ред. О. И. Даниленко. СПб. : Питер, 2014. С. 127–149.
4. Екимов М. В., Гьерде В. М. Женская сексуальность и антропогенез. Руководство для врачей. СПб. : Издательский дом СПб МАПО, 2014. 192 с.
5. Буртянский Д. Л., Кришталь В. В., Смирнов Г. В. Медицинская сексология. М. : Литерс, 1990. 272 с.
6. Sexual health. Media resource pack. URL: [https://deputyprimeminister.gov.mt/en/health-promotion/Documents/library/publications/Sexual %20health %20EN.pdf](https://deputyprimeminister.gov.mt/en/health-promotion/Documents/library/publications/Sexual%20health%20EN.pdf) (дата обращения: 07.04.2021).
7. Крутько И. С., Пономарев А. В. Введение в превентологию : учеб. пособие / М-во науки и высш. образования РФ, Урал. федер. ун-т. Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2019. 138 с.